

PROPOSITION D'ENTRAINEMENT POUR LA
RANDONNEE LA PASTOURELLE
DU SAMEDI 28 MAI 2022

gilet fluo
responsabilité individuelle de chaque participant

Date	Lieu	Heure de rdv	Descriptif
Dimanche 20 mars	18 km à Laroquebrou	7 h 15 parking d'Aldi	Inscriptions en ligne LAROQUAPATTES 6 euros
Dimanche 27 mars	18 km à Marcoles	13 h 30 parking Aldi	Les chênes rouges 5 h 760 m de dénivelé
Dimanche 10 avril	22 km à Boisset	9 h d'Aldi	6 h 30 Les 4 vallées 640 m de dénivelé Prévoir pique nique
Dimanche 24 avril	28 km St Etienne (trail)	8 h 30 d'Aldi	Prévoir pique nique parcours du Trail
Dimanche 15 mai	Montagne cantal	9 h 30	Prévoir pique nique
Samedi 28 mai	Pastourelle	Salers	
Dimanche 26 juin	Sortie en Aubrac	8 h d'Aldi	Départ de Marchastel